

Inhoudelijke toelichting bij de cursus ‘Het lichaam als toegang tot geleefde spiritualiteit’

De voorbije decennia is er meer aandacht gekomen voor lichaamsgericht bezig zijn, privé en in het werk. Yoga, mindfulness en andere vormen van meditatie genieten veel belangstelling. Er wordt onderzoek gedaan naar de mogelijke positieve effecten van toepassingen in de behandeling van allerlei ziekten. Ook bij de verdieping van persoonlijke zingeving en spiritualiteit worden lichaamsgerichte werkvormen gebruikt, door (betaalde en onbetaalde) professionals in zorg en welzijn. Geestelijk verzorgers en andere deskundigen op dit vlak hebben dan ook inhoudelijke interesse in de achtergronden van deze benaderingswijze. Vandaar de titel van de cursus ‘het lichaam als toegang tot geleefde spiritualiteit’.

De cursus heeft twee kerndocenten: dr. William Yang (voor de lichaamsgerichte benadering) en dr. Wim Smeets (voor de toepassing op het terrein van geestelijke verzorging en andere zingevingsgoërienteerde beroepen), en daarnaast gastdocenten.

William Yang studeerde theologie en interreligieuze spiritualiteit, maar bekwaamde zich ook in de praktijk van de zorg als ziekenverzorgende en als yoga- en meditatieleraar. In 2018 promoveerde hij op een proefschrift met als titel *‘Begrensd en ontgrensd. Paradoxen in de veranderende ervaring van de beleving van het lichaam bij kanker en geleefde spiritualiteit.’* Daarna schreef hij (weer eens) een praktijkboek *‘Ontworden om te worden wie je bent’*, met bijhorende cd. Meer over zijn werk is te vinden op de website www.williamyang.nl

Wim Smeets studeerde orthopedagogiek en theologie en promoveerde in 2006 op een proefschrift met als titel *‘Spiritual Care in a Hospital Setting. An empirical-theological exploration.’* Hij is geestelijk verzorger in het Radboudumc, leersupervisor en KPV-trainer. In zijn meest recente artikel gaat hij in op de betekenis van lichamelijke in de zinervaring: Smeets, W. (2020). Zinervaring in gesprek. *Religie & Samenleving*, 15, 3, 257-285.

Tijdens de cursus gaan we om te beginnen inhoudelijk in gesprek over deze thematiek. William Yang zal dan spreken vanuit zijn invalshoek, waarbij een combinatie van filosofie (existentiële fenomenologie), Qi Gong en vroegchristelijke mystiek (het hesychasme) aan bod komt. Deze combinatie is extra interessant gezien de actuele ontwikkeling van wat specialist Paul van de Velde de ontwikkeling van ‘christfulness’ noemt, d.w.z. een verbinding van meditatie met (oosterse) christelijk-levensbeschouwelijke spiritualiteit (Gelezen op Nederlands Dagblad <https://www.nd.nl/geloof/geloof/1018361/boeddhisme-kenner-van-der-velde-de-dalai-lama-lacht-maar-het-b>)

Wim Smeets zal met de cursisten hun eigen ervaringen exploreren inzake de toepassingsmogelijkheden van lichaamsgericht werken in hun (betaald en onbetaald) professioneel handelen.

Gastdocenten vullen de inhoudelijke beschouwing aan.

Het tweede deel van elke cursusbijeenkomst wordt besteed aan oefeningen en de nabespreking ervan. De vragen bij die nabespreking, maar ook al bij de voorbereiding op de cursusedagen staan verwoord op de website van William Yang:

- Zoek je een weg van binnen naar buiten? En hoe is dat voor je, persoonlijk en in je werk?
- Wat kan adem voor je betekenen en hoe kan je daarmee op een geheel natuurlijke manier een eigen vorm en diepte in vinden? Hier ook weer zowel voor jezelf persoonlijk als voor je werk.